ISSN : 2685-9092 Vol.5 No.1 (Mei, 2023) PSYCHO Holistic

Academic Burnout in View of Gender in Post-Pandemic Padang State University Students

Nadya Nanda Dwi Putri, Maya Yasmin

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Padang

Email: nadyadia396@gmail.com

ABSTRACT

Academic Burnout is boredom because you are too involved in academic or learning activities. Low student learning outcomes can be caused by high levels of academic saturation. This research at Padang State University aims to try to describe differences in academic saturation between male and female students at Padang State University after the pandemic. 385 post-pandemic Padang State University students became the research sample. Student batches of 2021, 2020 and 2019 were taken as samples using proportional stratified sampling, which is the method used when the members or elements of the population are not homogeneous and are stratified proportionally. Quantitative method with comparative design is the type of research used. School Burnout Inventory (SBI) is an academic burnout scale instrument that is used to collect data with the validity of each item being greater than 0.50 and a reliable value of 0.881. With the help of SPSS software version 22.0 for Windows using the independent sample t-test method. The results of the analysis show that the academic saturation of male and female students is significantly different. The findings of this study also show that female students at Padang State University are more likely to experience post-pandemic academic burnout than male students. The findings of this study can also be used by campuses to develop learning strategies that will reduce students academic saturation levels.

Keywords: Academic Burnout, Gender, Post Pandemic

PENDAHULUAN

Perubahan sistem perkuliahan daring menuju luring telah diberlakukan kembali setelah kurang lebih dari satu tahun sistem pembelajaran diberlakukan secara *online*. Awalnya pembelajaran melalui penggunaan sistem online digunakan untuk pembelajaran jarak jauh. Penerapan sistem pembelajaran daring yang menggunakan dari rumah tentunya memiliki beberapa keterbatasan, seperti sinyal atau jaringan yang kurang stabil di beberapa daerah, kurangnya bahan bacaan selama pembelajaran daring karena pembelajaran luring memungkinkan siswa untuk berkunjung ke sekolah, perpustakaan, pemahaman yang kurang jelas selama pembelajaran daring, kurangnya kesempatan untuk berdiskusi langsung dengan dosen dan teman sekelas, dan keterbatasan teknologi (Fikri et al., 2021).

Kampus kembali menggunakan sistem pembelajaran offline seiring berjalannya waktu, dan tampaknya situasi dan kondisi kembali membaik. Sistem pendidikan dan pembelajaran di Indonesia tetap melakukan penilaian berdasarkan prestasi akademik mahasiswa, meskipun situasi saat ini dan situasi pasca pandemi tidak dapat dipisahkan. Diharapkan mahasiswa mampu memenuhi standar yang berlaku sehingga dapat mengaplikasikan ilmunya dalam kehidupan sehari-hari (Ramadhan et al., 2022). Dengan banyaknya waktu yang mereka butuhkan untuk kegiatan akademik, tidak menutup kemungkinan adanya efek kelelahan baik secara fisik maupun psikis yang menyebabkan mereka menjadi terganggu, sehingga efek tersebut dapat mengakibatkan terjadinya *academic burnout* (Harahap, Harahap & Harahap, 2020). Hal ini tentunya menuntut mahasiswa untuk dapat melakukan penyesuaian dengan mengatur waktunya secara efektif guna memenuhi kewajiban akademiknya (Amalia, Zwagery & Rusli, 2022).

Berdasarkan temuan di lapangan dari 67 subjek mahasiswa Universitas Negeri Padang yang pernah mengalami transisi metode pembelajaran di seluruh fakultas dan jurusan melalui kuesioner. Ditemui jika sebesar 53.7% mahasiswa mengalami perasaan tidak mampu untuk menyelsaikan tugasnya, 59.7% mahasiswa memiliki harapan yang sangat rendah terhadap tugas yang telah diselesaikan, mengalami gangguan tidur karena tekanan perkuliahan sebanyak 74.9% dan memiliki kehilangan motivasi untuk mengerjakan tugas kuliah sebesar 56.7%. Ditambah lagi, adanya suatu situasi yang khusus yaitu peralihan metode pembelajaran dari daring menuju luring yang mengakibatkan mahasiswa perlu melakukan pengadaptasikan kembali terhadap transisi tersebut.

Cole et al. (2004) menemukan bahwa mahasiswa yang mengikuti perkuliahan sering mengalami kecemasan. Mahasiswa merasa lelah, bosan, dan terbebani dengan berbagai persoalan dan kewajiban yang dihadapinya, yang berdampak pada kinerja dan hasil belajarnya. Persoalan lainnya yang muncul seperti adanya tuntutan tugas yang diberikan, kesibukan di dalam dan di luar kampus, kelelahan, dan persoalan lainnya, seringkali mahasiswa menjadikan pencapaian dan pelaksanaan cita-cita tersebut sebagai beban. Suwartika et al. (2014) juga menjelaskan jika tekanan internal dan eksternal yang dialami mahasiswa melebihi kapasitasnya (overload) atau menjadi sumber stres yang signifikan akan menimbulkan distress yang didefinisikan oleh kelelahan fisik dan mental, penurunan daya tahan, dan ketegangan emosional yang tidak stabil dengan kata lain stres ini sudah masuk dalam kategori *academic burnout*.

Menurut Schaufeli et al. (2002), *academic burnout* adalah terbentuknya efek kelelahan akibat tekanan akademik, kurangnya minat terhadap tugas, dan rasa tidak mampu sebagai mahasiswa. Hal itu dapat berdampak negatif pada mahasiswa sejak mereka berada di bangku perkuliahan hingga masa depan, *academic burnout* merupakan masalah yang signifikan bagi sistem pendidikan (Mostafavian, Farajpour, Ashkezari, & Shaye, 2018). Menurut Pawicara dan Conilie (2020), *academic burnout* saat belajar dapat mengganggu hasil belajar. *Academic burnout* bisa dikatakan sebagai sindrom yang dihadapi mahasiswa jika mereka tidak mampu melewati rintangan tersebut. Menurut Jiménez-Ortiz et al. (2019) menjelaskan hingga 52% mahasiswa merasakan *academic burnout* saat mereka belajar. Jika mahasiswa tidak dapat mengelola masalah kuliah secara efektif, academic burnout akan terjadi (Simbolon et al., 2021).

Academic burnout berkorelasi negatif dengan prestasi akademik mahasiswa, menurut sejumlah temuan penelitian (Bask & Salmela-Aro, 2013; Duru, Duru, & Balkis, 2014); selain itu juga berkorelasi negatif dengan keterlibatan dan prestasi akademik (Schaufeli et al., 2002). Dengan kata lain, salah satu faktor yang dapat menghambat kemampuan belajar mahasiswa adalah *academic burnout* (Rahman, Simon, & Multisari, 2020). *Academic burnout* banyak memunculkan dampak negatif seperti mudah merasa bosan, demotivasi untuk kuliah, melakukan secara tidak optimal terhadap pekerjaan perkuliahan (Maslach & Leither, 2001). Selain itu, memiliki kesan yang kurang baik terhadap lingkungan belajarnya (Novianti, 2021) dan mengalami kelelahan sensorik (Simamarta, Nengsih, Harahap & Batubara, 2022). Sehingga, dengan melihat banyaknya dampak negatif tersebut diperlukan adanya gambaran lebih lanjut bagaimana *academic burnout* pada mahasiswa Universitas Negeri Padang pasca pandemi.

Dengan merujuk teori sebelumnya, *academic burnout* disebabkan oleh tuntutan akademik yang tinggi, terlalu banyak pekerjaan rumah, atau elemen psikologis pribadi lainnya, termasuk kelelahan emosional, sikap yang kurang baik, dan fenomena prestasi pribadi yang rendah (Ulfa & Aprianti, 2021). Unsur penyebab lainnya, seperti usia, jenis kelamin, budaya, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, pendapatan, status pekerjaan, dan lain-lain, juga difokuskan pada aspek pribadi dalam kaitannya dengan variabel demografis (Ramdan & Fadly, 2016). Fyana dan Rozali (2018), menjelaskan jika gender merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *academic burnout* pada individu.

Berdasarkan justifikasi yang diberikan, kajian dalam hal ini hanya berkonsentrasi pada aspek demografi gender. Akibatnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan apakah ada perbedaan *academic burnout* dari perspektif gender.

METODE

Subjek Penelitian

Penelitian kuantitatif dengan desain komparatif digunakan dalam penelitian ini. Responden penelitian sebanyak 385 orang adalah mahasiswa Universitas Negeri Padang pasca pandemi. Seluruh mahasiswa dari angkatan 2021, 2020, dan 2019 diambil sampelnya dengan menggunakan *proportional stratified sampling*, yaitu metode yang digunakan apabila anggota atau unsur populasi tidak homogen dan bertingkat secara proporsional. Responden menerima kuesioner penelitian berdasarkan karakteristik masing-masing dari peneliti. Tabel 1 memberikan penjelasan rinci tentang informasi demografi peserta penelitian.

Tabel 1. Data Demografi Responden

Jenis Kelamin	Σ
Perempuan	195
Laki-laki	190
Total	385

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwasanya populasi keseluruhannya adalah 385 mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 195 mahasiswa dan laki-laki sebanyak 190 orang. Teknik pengumpulan data ini menggunakan instrumen *School Burnout Inventory* (SBI), dikembangkan oleh Rahman (2020) dengan mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Schaufeli et al. (2002). *Emotional*

exhaustion, cynicism, dan reduce academic efficacy adalah aspek-aspek yang diukur. Nilai validitas dari alat ukur ini adalah diatas 0.50 untuk keseluruhan aitemnya dan nilai reliabilitas sebesar 0.876 sehingga dapat dikatakan jika alat ukur ini memiliki nilai yang valid dan reliabel. Data penelitian ini dikumpulkan secara online menggunakan *Google Form* dengan menggunakan analisa uji *independent t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan tabel 2, nilai reliabilitas *Cronbach alpha* ditentukan sebesar 0,876. Hasilnya dapat disimpulkan bahwa alat ukur ini memiliki tingkat kehandalan yang tinggi.

Tabel 2 Nilai Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.876	9

Tabel 3 ini memberikan informasi berdasarkan hasil pengolahan data untuk membahas topik bagaimana menggambarkan derajat *academic burnout* dan apakah ada perbedaan antara *academic burnout* mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Tabel 3. Tingkat *Academic Burnout* Mahasiswa

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Academic Burnout	Laki-laki	190	34.58	9.214	.668
	Perempuan	195	36.87	6.074	.435

Tabel 3 dapat diartikan bahwa *academic burnout* mahasiswa perempuan Universitas Negeri Padang pasca pandemi lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki Universitas Negeri Padang pasca pandemi. Selain itu, selisih antara nilai mean keduanya cukup tidak terlalu jauh secara signifikan. Untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara *academic burnout* laki-laki dan perempuan. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel 4.

Berdasarkan Tabel 3, mahasiswa perempuan di Universitas Negeri Padang mengalami *academic burnout* pasca pandemi lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki di institusi yang sama. Selain itu perbedaan selisih antara dua nilai rata-rata tidak terlalu jauh. untuk melihat apakah ada perbedaan substansial dalam *academic burnout* antara laki-laki dan perempuan. Tabel 4 memberikan gambaran tentang hasil tes.

Tabel 4. Hasil Uji Independent T-Test

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Academic Burnout	Equal variances assumed	77.589	.000	-2.877	383	.004	-2.282	.793	-3.842	-.723
	Equal variances not assumed			-2.862	325.996	.004	-2.282	.797	-3.851	-.714

Tabel 5. Kategorisasi dan Distribusi Frekuensi *Academic Burnout* Mahasiswa Laki-laki

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	Persentase
X < (μ-1.σ)	X < 24	Rendah	19	10.0%
(μ-1.σ) ≤ X < (μ=1. σ)	24 ≤ X < 39	Sedang	108	56.8%
(μ=1. σ) ≤ X	39 ≤ X	Tinggi	63	33.2%
	Total		190	100%

Berdasarkan Tabel 5 dapat digambarkan bahwa tingkat *academic burnout* pada mahasiswa laki-laki di Universitas Negeri Padang pada kategori sedang yaitu sebesar 56.8%. Selanjutnya, 10% mahasiswa laki-laki berada pada tingkat *academic burnout* rendah dan 33.25% mahasiswa laki-laki berada pada tingkat *academic burnout* tinggi.

Tabel 6. Kategorisasi dan Distribusi Frekuensi *Academic Burnout* Mahasiswa Perempuan

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	Persentase
X < (μ-1.σ)	X < 24	Rendah	12	6.2%
(μ-1.σ) ≤ X < (μ=1. σ)	24 ≤ X < 39	Sedang	78	40.0%
(μ=1. σ) ≤ X	39 ≤ X	Tinggi	105	53.8%
	Total		195	100%

Berdasarkan Tabel 6 dapat digambarkan bahwa tingkat *academic burnout* pada mahasiswa perempuan di Universitas Negeri Padang pada kategori tinggi yaitu sebesar 53.8%. Selanjutnya, 6.2% mahasiswa perempuan berada pada tingkat *academic burnout* rendah dan 40% mahasiswa perempuan berada pada tingkat *academic burnout* sedang.

Tabel 7. Hasil per-Aspek *Academic Burnout* Mahasiswa Laki-laki

Aspek	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F	Persentase
Emotional Exhaustion	X < 13.3	Rendah	15	7.9%
	13.3 ≤ X < 21.7	**Sedang**	**103**	**54.2%**
	21.7 ≤ X	Tinggi	72	37.9%
	Total		190	100%
Cynism	X < 5.3	Rendah	37	19.5%
	5.3 ≤ X < 8.7	Sedang	63	33.2%
	8.7 ≤ X	**Tinggi**	**90**	**47.4%**
	Total		190	100%
Reduce Academic Efficacy	X < 5.3	Rendah	7	3.7%
	5.3 ≤ X < 8.7	Sedang	73	38.4%
	8.7 ≤ X	**Tinggi**	**110**	**57.9%**
	Total		190	100%

Berdasarkan Tabel 7 dapat digambarkan bahwa *emotional exhaustion* berada pada kategori sedang yaitu sebesar 54.2%, *cynism* berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 47.4% dan *reduce academic efficacy* sebesar 57.9% berada di kategori tinggi.

Tabel 8. Hasil per-Aspek *Academic Burnout* Mahasiswa Perempuan

Aspek	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F	Persentase
Emotional Exhaustion	X < 13.3	Rendah	16	8.2%
	13.3 ≤ X < 21.7	Sedang	65	33.3%
	21.7 ≤ X	**Tinggi**	**114**	**58.5%**
	Total		195	100%
Cynism	X < 5.3	Rendah	19	9.7%
	5.3 ≤ X < 8.7	Sedang	50	25.6%
	8.7 ≤ X	**Tinggi**	**126**	**64.6%**
	Total		195	100%
Reduce Academic Efficacy	X < 5.3	Rendah	8	4.1%
	5.3 ≤ X < 8.7	Sedang	55	28.2%
	8.7 ≤ X	**Tinggi**	**132**	**67.7%**
	Total		195	100%

Berdasarkan Tabel 8 dapat digambarkan bahwa *emotional exhaustion* berada pada kategori sedang yaitu sebesar 58.5%, *cynism* berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 64.6% dan *reduce academic efficacy* sebesar 67.7% berada di kategori tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis dari aspek *emotional exhaustion* yang berada pada kategori sedang baik dari mahasiswa laki-laki maupun perempuan menunjukkan bahwa mahasiswa mampu dalam meminimalisir persepsi kelelahan dalam menghadapi tugas-tugasnya. Fahmi dan Widyastuti (2018) menjelaskan bahwa individu yang memiliki sikap *hardiness* yang tinggi mampu mengatasi tekanan dalam hidupnya. Dengan menganggap bahwa tugas merupakan suatu bebas menjadi suatu tantangan yang harus diselesaikan dengan optimal. Salah satu cara mengatasinya adalah melalui sikap mahasiswa yang tetap *enjoy* dalam menjalani rutinitas dengan menerapkan kemampuan memanajemen waktu dan mengelola *work overload* (Simbolon et al., 2021).

Mengenai aspek *cynism* yang berada pada kategori tinggi baik dari mahasiswa laki-laki dan perempuan menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki maupun perempuan memiliki kecenderungan untuk bersikap dingin dan acuh tak acuh terhadap tugas maupun lingkungannya. Hal ini diperkuat oleh temuan Simbolon et al. (2021) yang menjelaskan bahwa *academic burnout* dapat menjadikan mahasiswa cenderung mengerjakan tugas tidak secara optimal, asal-asalan, prokrastinasi, prestasi menurun, dan gejala depresi serta kualitas hidup yang rendah. Individu yang mengalami fase *burnout* akan melalui fase depersonalisasi yaitu memiliki perasaan negatif terhadap tuntutan pekerjaan, muncul sikap kasar, berkata sinis, dan selalu berpandangan negatif (Fyana et al., 2018). Aspek terakhir yaitu *reduce academic efficacy* dengan kategori tinggi baik dari mahasiswa laki-laki maupun perempuan mengindikasikan adanya perilaku bosan dalam belajar, kecenderungan perilaku maldaptif yang menghambat kesuksesan dan kemajuan dalam akademik.

Berdasarkan hasil analisa diatas didapatkan bahwa mahasiswa perempuan mengalami *academic burnout* dengan tingkat lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki. Hal ini dikarenakan kecenderungan mereka untuk kelelahan emosional, perempuan mengalami stres dan *academic burnout* lebih cepat daripada laki-laki (Kwan, 2022). Menurut Backovi, Ili, Maksimovi, dan Maksimovi (2012), mahasiswa perempuan mengalami tingkat *academic burnout* yang lebih tinggi. Dengan kata lain, mahasiswa perempuan dapat mengomunikasikan *academic burnout* mereka tetapi kurang siap untuk menangani adanya fase *burnout* tersebut (Norkasiani & Tamher, 2009).

Menurut penelitian Salmela-Aro, Read, Minkkinen, Kinnunen, dan Rimpelä (2018), terdapat disparitas gender dalam *burnout*, dengan perempuan memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengalaminya dibandingkan pria. Ada perbedaan spesifik gender dalam *academic burnout* menurut temuan penelitian terkait yang dilakukan oleh Sari (2022). Temuan penelitian Maharani (2011) pada mahasiswa juga mengungkapkan bahwa laki-laki lebih sedikit mengalami *burnout* dibandingkan perempuan karena laki-laki diyakini memiliki efikasi diri yang lebih kuat dibandingkan perempuan. Temuan penelitian Li X et al. (2014) pada mahasiswa keperawatan mengungkapkan bahwa wanita lebih cenderung mengalami *burnout*.

Menurut penelitian Salmela-Aro et al. (2018), mahasiswi mengalami tingkat *academic burnout* yang lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki karena perempuan lebih sulit mengendalikan emosi negatifnya, seperti ketidaksabaran. Akibatnya, siswa perempuan jauh lebih mungkin mengalami *academic burnout*. Namun secara umum, dalam hal kelelahan akademik, pria dan wanita memiliki sifat yang sama. Wanita lebih cenderung memiliki pengalaman emosional dibandingkan pria, menjadikannya lebih intens secara teratur daripada pria karena pria lebih mungkin mengalami depresi (Walburg, 2014). Hal ini juga diperkuat oleh Norkasiani dan Tamher (2009) yang menjelaskan bahwa laki-laki mampu dan siap menghadapi segala permasalahan hidup dibanding dengan perempuan karena perempuan dalam menyelesaikan suatu permasalahan cenderung melibatkan emosionalnya.

Ditambah lagi adanya suatu situasi yang unik dan khusus yaitu perubahan metode pembelajaran dari daring menuju luring. Dengan peralihan tersebut tentu saja diperlukannya kembali adaptasi dari metode daring menuju metode luring. Selain itu, perlunya mempersiapkan berbagai hal seperti penyesuaian terhadap lingkungan baru juga menjadi pemicu adanya perbedaan sikap terhadap transisi baik dari mahasiswa laki-laki maupun mahasiswa perempuan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, temuan penelitian ini sejalan dengan tujuan yang diantisipasi penulis, yaitu untuk mengetahui gambaran spesifik gender tentang *academic burnout* di kalangan mahasiswa Universitas Negeri Padang pasca pandemi. Menurut temuan penelitian ini, mahasiswa perempuan di Universitas Negeri Padang pasca pandemi lebih banyak mengalami *academic burnout* dibandingkan mahasiswa laki-laki. Selain itu, ada perbedaan yang tidak terlalu mencolok *academic burnout* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yaitu mahasiswa laki-laki 34.58 dan mahasiswa perempuan sebesar 36.82.

Penelitian ini diharapkan untuk memberikan pengetahuan baru kepada mahasiswa tentang gambaran *academic burnout* dan bagaimana memeranginya yaitu mengenali apa yang menjadi pemicu burnout. Selain itu, diharapkan kampus akan menerapkan strategi pembelajaran yang dapat diterima dan tidak menyebabkan *academic burnout* pada mahasiswa dengan seperti melalui penerapan pembelajaran PBL, karena ini akan membantu mahasiswa mencapai potensi akademik penuh mereka. Penelitian ini juga memiliki data yang dapat memperlihatkan bahwa gender ternyata dapat menjadi pemicu adanya academic burnout. Selain itu, penelitian ini hanya dapat mendeskripsikan secara umum yaitu hanya mahasiswa Universitas Negeri Padang pasca pandemi tanpa mengeksplor lebih jauh ke tiap fakultas dan jurusan yang ada. Oleh karena itu, untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat untuk dapat mengeksplor lebih jauh dan menyelidiki faktor lain karena ada banyak faktor lain selain jenis kelamin yang diyakini mempengaruhi terjadinya *academic burnout*.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, V. R., Zwagery, R. V., & Rusli, R. (2022). Peranan academic self efficacy terhadap academic burnout pada peserta didik sma dalam peralihan pembelajaran daring ke pembelajaran luring. Jurnal education and development, 10(3), 434-441.

Backović, D. V, Ilić Živojinović, J., Maksimović, J., & Maksimović, M. (2012). Gender differences in academic stress and burnout among medical students in final years of education. *Psychiatria Danubina*, 24(2.), 175–181.

Bask, M., & Salmela-Aro, K. (2013). Burned out to drop out: Exploring the relationship between school burnout and school dropout. *European Journal of Psychology of Education*, 28(2), 511–528.

Cole, M.S., Field, H.S., & Harris, S.G. (2004). Student learning motivation and psychological hardiness: interactive effects on students' reactions to a management class. Academy of Management Learning & Education, 3 (1), 64-85

Duru, E., Duru, S., & Balkis. (2014). Analysis of relationship among burnout, academic achievement, and self-regulation. *Educational sciences: theory and practice*, 1274-1284.

Fahmi, A.R., & Widyastuti, W. (2018). Hubungan Antara Hardiness dengan Burnout pada Santri Pondok Pesantren Persatuan Islam Putra Bangil. Jurnal Psikologi Poseidan (Jurnal Ilmiah Psikologi dan Psikologi Kemaritimian), 1(1), 66.

Fikri, M., Faizah, N., Elian, S. A., Rahmani, R., Ananda, M. Z., & Suryanda, A. (2021). Kendala dalam pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19: Sebuah kajian kritis. *Jurnal Education and Development*, 9(1), 145-145.

Fyana, L., & Rozali, Y. A. (2018). Perbedaan Burnout Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Karyawan Bank ABC. Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Jakarta.

Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa Covid-19. Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan, 3(1), 10-14.

Jimenez-Ortiz, J. L., Islas-Valle, R. M., Jimenes-Ortiz, J. D., Perez-Lizarraga, E., Hernandez-Garcia, M. E., & Gonzalez-Salazar, F. (2019). Emotional exhaustion, burnout, and perceived stress in dental students. Journal of International Medical Research, 47(9), 4251-4259.

Kwan, J. (2022). Academic burnout, resilience level, and campus connectedness among undergraduate students during the covid-19 pandemic: evidence from singapore. *Journal of Applied Learning & Teaching*, 5(1).

Li X, et al. (2014). Core self-evaluation and burnout among nurses: the mediating role of coping styles. *Journal PLOS ONE*.

Maharani, D. R. (2011). Hubungan antara self-efficacy dengan burnout pada Guru Sekolah Dasar Negeri X di Kota Bogor. (Naskah Publikasi).

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *In Annual Review of Psychology*, 397-422.

Mostafavian, Z., Farajpour, A., Ashkezari, S. N., & Shaye, Z. A. (2018). Academic burnout and some related factors in medical students. *Journal of Ecophysiology and Occupational Health,* 18(1-2), 1-5.

Norkasiani & Tamher, S. (2009). Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika

Pawicara, R., & Conilie, M. (2020). Analisis pembelajaran daring terhadap kejenuhan belajar mahasiswa tadris biologi iain jember di tengah pandemi covid-19. Alveoli: Jurnal Pendidikan Biologi, 1(1), 29-38.

Rahman, D. H., Simon, I. M., & Multisari, W. (2020). Burnout akademik guru peserta pendidikan profesi. *Jurnal Konseling Andi Mattapa*, 4(1), 10–17.

Rahman, D. H. (2020). Validasi school burnout inventory versi bahasa Indonesia. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 85-93.

Ramadhan, I., Manisah, A., Angraini, D. A., Maulida, D., Sana, S., & Hafiza, N. (2022). Proses perubahan pembelajaran siswa dari daring ke luring pada saat pandemi covid-19 di madrasah tsanawiyah. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2),1783-1792.

Ramdan, I. M., & Fadly, O. N. (2016). Analisis faktor yang berhubungan dengan burnout pada perawat kesehatan jiwa. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 4(2).

Salmela-Aro, K., Read, S., Minkkinen, J., Kinnunen, J. M., & Rimpelä, A. (2018). Immigrant status, gender, and school burnout in Finnish lower secondary school students: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Development*, 42(2), 225–236.

Sari, M. I., (2022). Perbedaan academic burnout di universitas widya dharma klaten ditinjau dari status sosial ekonomi dan jenis kelamin. Bachelor (S1) thesis, Universitas Widya Dharma.

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students a cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481.

Simarmata, S. W., Nengsih, N., Harahap, A. C. P., & Batubara, A. (2022). Mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam perspektif academic burnout. Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 4(4), 2747-2753.

Simbolon, P., & Simbolon, N. (2021). Hubungan Academic Burnout Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Stikes Santa Elisabeth Medan. Juranl Pendidikan, 12(2),96-108.

Suwartika, I., Nurdin, A., Ruhmadi, E., (2014). Analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stress akademik mahasiswa reguler program studi d iii keperawatan cirebon poltekkes kemenkes tasikmalaya. In The Soedirman Journal of Nursing, 9(3), 173-189.

Ulfa, S., & Aprianti, M. (2021). Pengaruh efikasi diri terhadap burnout dan perbedaannya berdasarkan gender*. Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(1), 24–35.

Walburg, V. (2014). Burnout among high school students: A literature review. *Children and Youth Services Review*, 42, 28–33.